

ふ だんの く らしを し あわせに

等々力地区通信

令和3年 8月号



地域の耳よりな情報を皆さまへお届けします♪
内面にサロン、子育てサロン、ミニデイの紹介もあります！ぜひご覧ください。

第2弾

地区内の活動団体紹介 ～コロナでも繋がりを大切に～

子ども食堂 ゆうゆう をご紹介します♪

6月にオープンしました！

日時：毎週水曜日 17:00～19:00

住所：等々力3-19-16

等々力駅から徒歩3分、バス通り沿いです。

料金：こども無料、大人500円

申し込み：電話 03-5760-6118

ホームページから
申込可能です♪



※子ども食堂とは、共働き家庭や
ひとり親家庭などで遅くまで一人で過ごす
子どもたちの「孤食」、経済的理由による「欠食」
などを少しでも減らすため、無料または安価な
料金で食事の提供等を行う地域活動です。



テイクアウトも！

メニューは毎回
かわります！

夏バテ防止 ～積極的にとりたい栄養～

ビタミンB1（疲労回復）

豚肉、ウナギ、卵など



アリシン（ビタミンB1の吸収を高める）

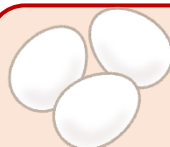
香味野菜（玉ねぎ、にんにく、ネギなど）



ビタミンC

（ストレスを軽減するホルモンを合成する働き）

じゃがいも、ブロッコリー、キウイなど



タンパク質

肉・魚類、豆腐、卵、乳製品など

食事以外にも、こまめな水分補給や体の冷やしすぎに注意し、睡眠をしっかりとりましょう。



ボランティア情報

世田谷区社会福祉協議会の地域活動であるボランティアは、さまざまな種類があります。
地区サポーター、ふれあいサービス協力会員、ファミリーサポート援助会員、特技ボランティア等…
今回は、ファミリーサポート援助会員について紹介します。

ファミリーサポート 援助会員

募集要項

■対象

18歳以上（高校生不可）、子供が好きで責任をもって子どもの預かりや送迎ができる方。

※「子育て支援者養成研修」の受講が必要です。

■活動場所・時間・頻度

利用会員（子育ての手助けをしてほしい方）宅、援助会員宅、公園など。

7時～21時の間で可能な時間・曜日

（新型コロナウイルス感染拡大防止のため、内容を一部縮小しています）

■活動内容

一時的な預かりや、保育園・幼稚園・小学校習い事等の送迎

■安心して活動するために

登録のための研修として、「子育て支援者養成研修」を受講後、あらかじめ活動いただける曜日などをご登録いただきます。

活動時は傷害・賠償責任保険が適用になります。

登録者
募集！



ファミリー・サポート・センター事業とは、利用会員（子育ての援助を受けたい方）と援助会員（子育て支援を行いたい方）が身近な地域の子育ての相互援助を行う会員制の仕組みです。「困ったときはお互いさま」という考えに基づいています。

令和3年度 第3回子育て支援者養成研修は
9月に予定しています！
申込みは世田谷区ファミリーサポートセンターまで♪
電話：03-5429-1200

初めての参加でも大歓迎！お住まいの地域でボランティアしませんか？
また、地域福祉団体からの協力依頼もお待ちしております♪
お気軽に社会福祉協議会 等々力地区事務局までご連絡ください。

【連絡先】社会福祉協議会 等々力地区事務局 （ 担当 後藤・小田部 ）
電話 070-3946-9798 FAX 03-6733-8463

地域支えあい活動一覧

※種別：サ…サロン 子…子育てサロン ミ…ミニデイ

番号	会場	種別	グループ名	活動内容	活動日	時間	参加費
①	等々力 ふれあいルーム	サ	たんぽぽの会	おしゃべり・お茶(短歌)	第2木曜	14:00~16:00	200/月
		サ	フルール (楽しく歌を唄う会)	カラオケ・お茶 おしゃべり	第2火曜	13:30~15:30	200/回
		サ	みちの会	ウォーキング、散策 美術・映画鑑賞(外出時 の費用は各自負担)	第3木曜 不定期	9:30~11:30	無料
		サ	さわやか (秋まで休止)	体操・お茶・おしゃべり	毎週月曜	10:00~11:30	300/回
		サ	一輪の会	おしゃべり・生け花 (一輪ざし)お茶・手芸	第1~3 月曜	13:30~16:00	参加費 100/回 材料費 150円 ~/回
		サ	オアシス	おしゃべり・麻雀	第3金曜	10:00~17:00	無料
		子	子育てサロンびゅあ	おしゃべり・子育て悩み 相談ほか	第4火曜	10:00~12:00	無料
		ミ	等々力あゆみの会	昼食・体操・お茶・おしゃ べり・手工芸・歌など	第1・3火	11:30~15:30	700/回
②	等々力地区会館	サ	日日草体操クラブ	軽体操・談話	第2・4金曜	13:00~14:30	500/月
③	尾山台地区会館	サ	メンズシニア エクササイズ	軽体操	第1・3水曜	10:00~11:30	300/回
		サ	玉川ふれんど会	お茶・おしゃべり・体操	毎週水曜	13:00~14:30	1000/月
④	玉堤地区会館	サ	玉堤健康倶楽部	健康体操	毎週火曜	9:30~12:00	500/回
⑤	ふくろうクリニック 等々力	サ	くらしの情報室 “ゆう・えん・ち”	情報交換とおしゃべり等	第2・4火曜	13:30~16:00	無料
⑥	玉川総合支所 4階 集会室	サ	青春貯筋クラブ	体操・おしゃべり	第2・4水曜	10:00~12:00	300/月
⑦	デ・ホーム等々力	サ	認知症介護者の おしゃべり会	認知症の介護をしている 方々のおしゃべり・情報 交換等	第2火	13:30~15:30	無料
⑧	九品仏複合施設				第4月		
⑨	パイ焼き茶房	サ	歌声ラブソディ (休止中)	歌声を含む音楽活動 (お茶とお菓子付)	第3水	14:00~16:00	1000/回
③	尾山台地区会館	子	等々力子育てサロン トット	助産師の育児相談・産後 ヨガと親子体操	※現在オンラインで開催中です。		
①	ふれあいルーム						

高齢者クラブ 玉寿会 / 等々力寿会/ 玉堤みどり会 については下記までお問い合わせください
市民活動・生涯現役推進課(高齢者クラブ) ☎ 03-6304-3176



【支えあい活動に関するお問い合わせ】 社会福祉協議会 等々力地区事務局 ☎ 070-3946-9798

ふくろうクリニック等々力
等々力3-5-2 3階
くらしの情報室
” ゆう・えん・ち”

日日草体操クラブ

ディホーム等々力
等々力5-19-11
認知症介護者の
おしゃべり会

玉堤健康俱樂部

R3 年 7 月現在